Факультет дополнительного профессионального образования Федерального государственного бюджетного образовательного образования «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Реферат

**Тема: « Развитие координации движений у учащихся 4 класса с лёгкой степенью умственной отсталости посредством комплекса специальных упражнений на уроках физкультуры»**

 **Выполнил: Баталов В.Н**

**Нефтеюганск, 2015**

**2**

**Оглавление**

**Введение** .……………………………………………………………………......... 3

**Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы исследования** …………….. 5

* 1. Особенности развития координации движений у младших

школьников с сохранным интеллектом и с лёгкой степенью

умственной отсталости ………….….………………………………... 5

**Заключение ……………………………………………………………………….**  10

**Список литературы …………………………………………………………….** 11

**3**

**Введение**

По данным официальной статистики общая заболеваемость детей за последние пять лет возросла на 16 % . И, учитывая этот факт, трудно переоценить значимость физического воспитания в образовательном процессе. В системе учебно-воспитательной работы с умственно отсталыми детьми уроки физкультуры также имеют немаловажное значение и решают образовательные, воспитательные, лечебно-оздоровительные и коррекционно-компенсаторные задачи.

Нарушение интеллекта у детей в преобладающем большинстве случаев сочетается с аномальным развитием двигательной сферы, становление которой неотделимо от познания мира, овладения речью, трудовыми навыками. Одной из главных причин, затрудняющих формирование у умственно отсталых детей двигательных умений и навыков, являются нарушения моторики, которые отрицательно сказываются не только на физическом развитии, но и на социализации личности, развитии познавательной и трудовой деятельности, последующей трудовой адаптации.

Имеющиеся в научной литературе данные свидетельствуют о том, что наибольшее отставание умственно отсталых школьников от сверстников из массовых школ наблюдается в показателях координации движений. Развитие же координации движений у умственно отсталых детей имеет основополагающее значение. Это подтверждается взаимосвязью между уровнем интеллектуальных процессов и уровнем развития координационных способностей (Э.С. Бебриш (1976г.); Таким образам, именно развитие координации движений в младшем школьном возрасте позволит умственно отсталым детям лучше овладеть простейшими бытовыми двигательными навыками, которые зачастую для них труднодоступны (завязывание шнурков, рисование, письмо и т.д.), а, следовательно, будет способствовать

 4

 наиболее успешному решению задач по их социализации и трудовой адаптации в обществе.

Несмотря на важность проблемы, в программе по физической культуре специальных (коррекционных) школ VIII вида отсутствуют четкие рекомендации по совершенствованию базовых координационных способностей с учетом уровня физического развития, темпов биологического созревания, характера двигательных нарушений и сенситивных периодов развития.

В этой связи выявлено *противоречие* между актуальностью развития координации движений младших школьников с лёгкой степенью умственной отсталости и современным состоянием практики, не располагающей достаточным арсеналом методических разработок, направленных на развитие координационных способностей у данной категории детей.

В связи с этим можно обозначить *проблему,* заключающуюся в недостаточной практической разработанности методических приёмов по развитию координации движений детей, имеющих лёгкую степень умственной отсталости, средствами специальных упражнений на уроках физкультуры. Всё это позволяет говорить нам об актуальности данного исследования.

В соответствии с проблемой, целью, были определены основные *задачи исследования*:

1. Изучить и проанализировать научно - методическую литературу по проблеме исследования.
2. Выявить особенности и развития координационных способностей четвероклассников, имеющих лёгкую степень умственной отсталости.

 5

**Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы исследования**

**1.1 Особенности развития координации движений у младших школьников с сохранным интеллектом и с лёгкой степенью умственной отсталости**

В настоящее время физическое воспитание играет значительную роль в общем развитии человека. Занятия физкультурой и спортом способствуют подготовке человека к жизни: закаляют, укрепляют здоровье, содействуют гармоничному физическому развитию, воспитанию необходимых в дальнейшей профессиональной трудовой деятельности черт личности, моральных и физических качеств. И поэтому в школах, как для нормальных, так и умственно отсталых детей организуются занятия физической культурой на уроках и во внеурочное время.

Одной из важнейших задач физического воспитания является развитие двигательной функции и умения управлять своими движениями. Ещё П.Ф. Лесгафт, говоря о задачах физического образования, отмечал важность «умения изолировать отдельные движения, сравнивать между собой, сознательно управлять ими и приспосабливать к препятствиям, преодолевать их с возможно большей ловкостью».

В научной литературе по психологии, физиологии, педагогике принято различать два основных вида движений: произвольное и непроизвольное. Безусловно, оба вида свойственны детям младшего школьного возраста.

Непроизвольные, более простые, полностью воспроизводят врожденные двигательные реакции. Произвольные, сложные движения, сразу формируются как заученные. В случае многократного повторения компоненты произвольных движений превращаются во «вторичные механизмы» и начинают осуществляться, по выводам физиолога И.П. Павлова, при помощи второй сигнальной системы без активного участия коры головного мозга.

 6

Уровень координационной способности определяется следующими особенностями индивида:

- быстро реагировать на различные сигналы;

- точно и быстро выполнять двигательные действия за минимальное время;

- дифференцировать пространственные, временные и силовые параметры движения;

- приспосабливаться к изменяющимся ситуациям;

- прогнозировать положение движущегося предмета в нужный момент.

Исходя из этого, выделяют следующие наиболее значимые, фундаментальные координационные способности челове­ка:

- способность к реагированию (способность быстро и точно на­чать движения соответственно определенному сигналу);

- способность к равновесию (сохранение устойчивого положе­ния тепа в условиях разнообразных движений и поз);

- ориентационная способность (возможность точно определять и своевременно изменять положение тела и осуществлять движения в нужном направлении);

- дифференцированная способность (точность и экономичность пространственных, силовых и временных параметров движений);

- ритмическая способность (способность точно воспроизводить заданный ритм двигательного действия или адекватно варьировать его в связи с изменившимися условиями).

Младший школьный возраст ребенка - это возраст, когда проходит очередной период глубоких качественных изменений всех систем организма, его совершенствование. Данный возраст исследователями признаётся сензитивным для развития координационных способностей. Новые условия жизни, в которые попадает ребенок в данном возрасте, приводят к усложнению возникающих перед организмом двигательных задач и обогащению координационных ресурсов школьника. Именно поэтому в 8-11

 7 лет наиболее продуктивно происходит приобретение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию.

Дети младшего школьного возраста любят играть, склонны к фантазированию, позволяющему им легче представлять себе различные двигательные действия. Поэтому рекомендуется значительное число упражнений приближать к играм или проводить в форме игры.

В младшем школьном возрасте умственно отсталые учащиеся в значительной степени отстают от учеников массовых школ в развитии координационно-сложных движений.

Согласно Международной классификации болезней (МКБ-10) умственная отсталость (F70 - F79) — это состояние задержанного или неполного развития психики, которое, в первую очередь, характеризуется нарушением способностей, проявляющихся в период созревания и обеспечивающих общий уровень когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей. Умственная отсталость может развиваться в сочетании с любыми другими психическими или соматическими расстройствами или возникать без них. (Е.М. Старобина, 2007г.).

У умственно отсталых детей также замечено отставание от возрастной нормы в росте, весе, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке. Нередко у таких детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые скомпенсировались к школьному возрасту и стали практически незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке и в усложненных двигательных заданиях.

Им трудно выполнять движения по словесному указанию учителя. Эта особенность объясняется недостаточным развитием у младших школьников с лёгкой степенью умственной отсталости регулирующей функции речи и бедным запасом активного словаря, связанного с двигательной деятельностью.

 8

В норме координационная способность человека достигает высокого уровня развития к 6-7 годам жизни. И чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его двигательный опыт и шире база для овладения новыми формами двигательной деятельности. Однако двигательное богатство детей данного возраста бывает лишь при свободных движениях. Стоит заставить их производить точные движения, они сразу начинают утомляться и стремятся убежать к играм, где движения свободны. Неспособность к точности зависит от недоразвития корковых механизмов мозга и от недостатка выработки формул движения.

Обучение основным видам движений строится с учетом ведущих дидактических и специальных коррекционных принципов и методов. При подборе упражнений следует учитывать уровень уже сформированных двигательных умений и навыков. Основным средством для развития координационных способнос­тей являются физические упражнения повышенной координационной слож­ности и содержащие элементы новизны. При применении методов вариативного (переменного) упражнения необходимо использовать небольшое количество (8-12) повторений разнообразных физических упражнений, предъявляющих сходные требования к способу управления движением; многократно повторять эти упражнения, как можно чаще и целенаправленнее, изменяя при выполнении их отдельные характеристики и двигательные действия в целом, а также условия осуществления этих действий.

 В настоящее время доказано, что физическая культура и спорт являются эффективным средством коррекции и компенсации нарушенных и недоразвитых психофизических функций умственно отсталых школьников. Использование разнообразных форм и средств физического воспитания способствует более активному формированию координационных способностей у детей младшего школьно возраста с лёгкой степенью 9

 9

умственной отсталости и позволяет предупредить вторичные отклонения в их развитии.

10

**Заключение**

Анализ научной литературы позволил получить данные о том, что на современном этапе перестройки школьного образования, в частности, школы VIII вида, физическое воспитание должно выступать как основной фактор повышения двигательных возможностей умственно отсталых детей в подготовке их к жизни и в последующем к физическому труду. От того, насколько успешно овладеет умственно отсталый школьник рабочей профессией, зависит его дальнейшее социальное положение и, следовательно, успешная адаптация в самостоятельной жизни.

Важное место в решении обозначенной проблемы занимает развитие координационных способностей школьников. Под координационными способностями следует понимать, во-первых, способность целесообразно строить целостные двигательные акты, во-вторых, способность преобразовывать выработанные формы действий и переключаться от одних к другим, соответственно, требованиям меняющихся условий.

Особенно остро ставится вопрос в отношении развития координации движений у младших школьников с интеллектуальной недостаточностью. Это объясняется тем, что именно особенности координации движений данной группы детей: несогласованность движений, слабая регуляция, замедленная реакция – приводят к общей неуклюжести, замедленности движений. Указанные трудности отрицательно сказываются на усвоении умственно отсталыми детьми основных двигательных навыков, а, следовательно, требуют коррекции в условиях целенаправленно организованной педагогической работы.

 11

**Список литературы**

1. **Ашмарин Б.А.** Педагогический контроль за физической подготовленностью школьников [Текст]/ Б.А. Ашмарин, Л.К. Завьялов // Физическая культура в школе. – 1980. - №9. - С. 13-17; №10. - С. 11 – 16.
2. **Бабенкова Р.Д.** О подходе к физическому воспитанию учащихся вспомогательной школы [Текст] /Р.Д. Бабенкова //Дефектология.- 1980.-№5. - С.37-39.
3. **Богданова Т. Б.**Физическая культура для лиц с умственной отсталостью [Текст] / Т.Б.Богданова // Дети России образованны и здоровы. Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции г. Санкт-Петербург, 25–26 февраля 2010 г. — М.: 2010. — С. 33-35.
4. **Ванюшкин В.А.** Коррекция координационных способностей учащихся младших классов с недостатками интеллектуального развития [Текст] / В.А. Ванюшкин // Дефектология. - 2000. - №1. – С.47-50.
5. **Веневцев С. И.** Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта [Текст]: Методическое пособие.- 2-е издание, доп. и испр./ С.И. Веневцев — М.: Советский спорт, 2004. – С.31-33.
6. **Воронкова В.В.** Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе [Текст]: Пособие для учителей и студентов дефектол. ф-тов пед. ин-тов / Под ред. В.В. Воронковой. — М.: Школа-Пресс, 1994. - 416 с.
7. **Гонеев А.Д.** Основы коррекционной педагогики [Текст]: Учебное пособие /А.Д. Гонеев, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева. – М.: Академия, 2010. – 272 с.
8. **Григорьев Д.В.** Дети с нарушением интеллекта: особенности двигательного развития [Текст] /Д.В. Григорьев //Адаптивная физическая культура. 2000. - №3-4. – С. 39-41.
9. **Михайловская Т.К.** Социализация младших школьников вспомогательной школы средствами адаптивной физической культуры (теоретический аспект) [Текст] /Т.К. Михайловская. - Минск: Бестпринт, 2002. - 36 с.
10. **Мозговой В.М.** Уроки физической культуры в начальных классах [Текст] Пособие для учителя специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида /В.М. Мозговой. – М.: Просвещение, 2009. - 256 стр.

.

1. **Пинский Б.И.** Формирование двигательных навыков учащихся вспомогательной школы [Текст]/ Б.И. Пинский. - М.: Педагогика, 1977.- С. 18-22.
2. **Погадаев Г.И.** Настольная книга учителя физической культуры [Текст] / Г.И. Погадаев. - М.: Физкультура и спорт, 2000 - 496с.
3. **Рубцова Н.О.** Организация и методика физического воспитания инвалидов с нарушениями интеллекта [Текст]: Учебн. пособие / Н.О. Рубцова. - М.: РГАФК-ИСМ, 1996. - 51 с.
4. **Сулейманов И.И.** Основы воспитания координационных способностей [Текст]: Лекция/ И.И.Сулейменов. - Омск: ОГИФК, 2001. - 46 с.